

給在情人節分手的你 ⊙ 楊明磊

瀛苑副刊

你難過，對不對？聽說你們分手了沒有爭吵，有些淒涼。終於，最美的夜也是最心痛的夜，這一次，灰姑娘十二點前就離開，沒有留下玻璃鞋... ..

接下來幾天會很不好過，好些種心情會彼此交錯出現，你會想她、也會氣她，有時候你會決定就此給她祝福，有時的又忍不住想到幾十種方法報復她，你還會怪她不懂得你的深情，也會氣自己怎麼那麼拗，居然就這樣不留她任她走。

想的、念的、愛的、恨的、苦的、美的、甜蜜的與爭執的記憶，都會一起出現在腦海。你想用頹廢來讓她擔心，也為自己傷心用不在乎來惹她生氣，希望能看不到自己心上的傷痕。

不會好受的，相信我。而你其實可以為自己做一點點事，讓自己好過，也不傷到任何人。

不要期望自己能夠不痛苦，因為如果愛情夠美，分手就很不難不心痛，試著准許自己可以好好難過一陣子，為你們、為她、也為你自己。

也別試圖忘記她或不想她，人的腦袋時常跟自己過不去。考過聯考吧？越想記得的就越記不得，感情也是，越想忘記就一定會很難忘記。每天找個不受干擾的地方，花點時間專專心心心地想她，把愛她和氣她的，分別用兩張紙全部記下來，一點都不要遺漏，寄不寄給她都沒關係，寫完了一年的要重讀一遍，因為這也是一張成績單，你和她這些年來的成績單。

避免總是讓自己一個人，孤單讓人容易鑽牛角尖，找個可以談話的朋友，請他閉上想要安靜地陪著你，或是認真聽你說想說的話。

接著要學著把對她的愛和你原有的溫柔分開，如果不得不讓愛隨著她遠離，那麼請務必讓溫柔與善良不死。你因為夠溫柔才能有力量愛上她，夠善良才能讓你沒有真正採取行動去報復，那是你最珍貴的資產，失了這些會連自己也看不起。

然後，要慢慢重新燃起那些已逐漸黯淡的希望與熱情，做點能讓自己高興與投入的事。KK書也可以，或是多去和那些可以互相打鬧的朋友在一起，從他們身上借一點熱情來，再不然到國父紀念館或公園逛逛，看看那些眯著眼仰望風箏的孩子們，他們心中滿滿的都是希望。

最後記得寫一封信給自己，告訴自己這段日子來你有多為自己驕傲，你多麼高興自己是個有愛並且能愛的人，雖然偶爾也會傷心，你慶幸自己仍然擁有溫柔與善良，依然熱情並且敢於繼續希望，你會願意在心底為她留下一席之地，作為過往的印記，同時細心澆灌心中那個名叫「愛」的花園，等待下一個有緣及有福的人。

能夠如此，於是失戀就真得能夠讓人成長。

給在情人節分手的你。